

年に1回受けて安心! 特定健診!

特定健診は、身体計測・血圧・尿検査・血液検査・医師の診察などにより、**糖尿病、脂質異常症、動脈硬化など、放置してはいけない生活習慣病の兆候を見つけます。**



忙しいし…
何かあったら病院に
行くから
受けなくていいかな?

生活習慣病は、自覚症状なく進行します。

毎年健診を受けて
結果をチェックすることが大切です!



血管の状態

自覚症状はありません

内臓肥満蓄積から
約30年

約35~40年

自覚症状が出てからでは、
後戻りできない!



※狭窄率…血液の流れる通り道(血管)が
狭くなっている割合



きょうさくりつ
狭窄率 25%



狭窄率 50%



狭窄率 75~90%

生活習慣病が重
症化すると、身体
的にも経済的
にも負担が大き
くなります。



●不適切な食生活
●運動不足
●ストレス過剰
●睡眠不足
●飲酒 ●喫煙 など

●肥満
●高血糖
●高血圧
●脂質異常

●肥満症
●糖尿病
●高血圧症
●脂質異常症

●虚血性心疾患(心筋梗塞・狭心症)
●脳血管疾患(脳出血・脳梗塞)
●人工透析
●網膜症による失明

命の危険や
介護が必要に
なることも…

まずは健診を受けて健康管理をしましょう

飯田市国保加入者で健診の対象となる35~74歳の方には、5~6月に健診通知を郵送します。

※飯田市国保加入の34歳以下の方と、75歳を迎える方で健診を希望する方は、電話でお申し込みください。

●特定健診の問い合わせ／保健課 健康推進係 〈直通〉0265(22)4508 ID 76616

飯田市にお住まいの方への歯科健診補助のお知らせ



★対象となる方 ※以下のどちらかに当てはまる方

- ① 飯田市国保加入者で今年度20歳~74歳を迎える方
- ② 保険証の種類にかかわらず飯田市に住所があり、
今年度20歳・30歳・40歳・50歳・60歳を迎える方
- ③ 今年度妊娠届けを提出した方

★申し込み方法／詳細は市ウェブサイトでご確認ください。

★費用 ※治療は別途費用がかかります

対象① 3,300円のところ 自己負担500円

対象②・③ 3,300円のところ 無料

★実施期間

令和8年2月28日まで

※対象③は妊娠届提出日から出産日まで

●歯科健診の問い合わせ／保健課 保健指導係 内線5535 ID 60112

くらしの情報

▶ 料金の記載のないものは無料。
▶ 申し込み方法の記載のないものは申し込み不要。

お知らせ

固定資産税・軽自動車税納税通知書発送

☎ ◎固定資産税について
税務課 資産税土地係
内線5174

税務課 資産税家屋係
内線5176

◎軽自動車税について

税務課 諸税係

内線5143

☎ 30402156

発送日から10日間を過ぎても納税通知書が届かない場合はお問い合わせください。

●発送日／5月2日(金)

●固定資産税第1期・軽自動車税の納付期限／6月2日(月)

市・県民税特別徴収額決定通知書発送

☎ 税務課 市民税係
内線5166 ☎ 71980

●発送日／5月16日(金)

※給与からの特別徴収対象の方は、勤務先から決定通知書をお受け取りください。

◎事業主の方へ／

特別徴収した市・県民税の6月分は7月10日(木)までに納めてください。

※詳細は通知書同封の特別徴収のしおりをご覧ください。お問い合わせください。

固定資産税の減免(公益使用)

☎ ◎税務課 資産税土地係
内線5174

◎税務課 資産税家屋係
内線5176 ☎ 84440

次の要件に該当する場合は、申請することで固定資産税が減免されます。

◎対象の土地・家屋／

公園、ゲートボール場、マレットゴルフ場、集会所(家屋・土地)などに利用され、まちづくり委員会、自治会、区、地区公民館などが所有する、または、所有者がまちづくり委員会などに無償で貸与している土地・家屋

◎申請方法／

納税通知書、無償貸与であることを証明する書類(契約書)を持

参し、税務課または自治振興センターで申請してください。

◎申請受付期限／5月26日(月)

※年度の途中で申請する場合、すでに納期限が過ぎている税額は減免の対象外です。

◎その他／災害で固定資産が被害を受けた場合や、納税義務者が生活保護法の規定による扶助を受けている場合なども減免の対象となります。

土砂災害・全国統一防災訓練の実施

☎ 危機管理課 防災係
内線2437 ☎ 72454

6月1日(日)に土砂災害・全国統一防災訓練を実施します。緊急速報メール(エリアメール)、防災行政無線などで避難情報(警戒レベル4避難指示)を配信します。実際の避難情報ではありませんので、お間違えのないようご注意ください。訓練を機に、ご自身の防災備蓄、避難行動の確認をお願いします。

◎(訓練) 避難情報発信日時／
6月1日(日) 9:00

広告欄

飯田不動産相談室株式会社

空家

中古住宅

土地

土地や建物を売りたい時にご相談ください。

価格査定はインターネットから24時間受付可能です。

宅地分譲できる農地もさがしています。

飯田駅から徒歩1分！
駅前交番斜め前



0265-38-9080



〒395-0052 飯田市元町5424番地22

長野県知事免許(2)第5532号/(公)長野県宅地建物取引業協会会員

軽自動車税(種別割)の減免

図 税務課 諸税係
内線5143 図 68128

●対象／

次のいずれかに当てはまる方

- 令和7年4月1日現在、身体障害者手帳または戦傷病者手帳を持つ方で、障がいの程度が要件に該当する方
- 療育手帳をお持ちの方で総合判定Aに該当する方
- 精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方で1級に該当する方
- 公益のために専ら使う軽自動車をお持ちの団体

※減免は1人につき1台。普通自動車税の減免や障がい者タクシー利用券を同時に受けることはできません。

●対象車両／

対象者本人が所有する軽自動車

※18歳未満の方と療育手帳や精神障害者保健福祉手帳をお持ちの場合は例外あり。

●減免額／対象車両の税額

●申請方法／

納税通知書、各種手帳(身体障害者手帳、戦傷病者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳)、運転免許証、車検証を持参し、税

務課か自治振興センターで申請してください。

※マイナ免許証の方は事前にご連絡ください。

※電子車検証の場合は「自動車検査証記録事項」も持参してください。

※公益のために専ら使う軽自動車の申請方法はお問い合わせください。

●申請期限／5月26日(月)

●その他／災害で軽自動車などに損害を受けた場合や、納税義務者が生活保護法の規定による扶助を受けている場合なども減免の対象となります。

戸籍にフリガナが記載されます

図 市民課 住民記録係
内線5423 図 127123

5月に改正戸籍法が施行され、戸籍の記載事項に氏名のフリガナが追加されます。5月下旬以降、本籍地の市区町村から戸籍に記載される予定のフリガナが通知されます。正しい場合は届け出不要ですが、誤りがある場合は令和8年5月25日(月)までに届け出をお願いします。

なお、フリガナの届け出に手数料は一切かかりません。また、

届け出をしなくても罰則や罰金はありません。法務省や市区町村に金銭を支払うよう要求することはありませんので、詐欺にご注意ください。

詳細は右のQRコードから法務省のホームページをご確認ください。



上下水道料金を口座振替にしてポイントゲット

図 経営管理課 料金係
内線5253 図 126697

市ウェブサイトの「Web口座振替受付サービス」から上下水道料金の口座振替を申し込むと、地域ポイント50ポイントがもらえる「Web^{みず}口座振替水らく地域ポイントキャンペーン」を行います。

●対象／

上下水道料金の支払い方法を、納付書払いから口座振替に変更した方。

※振替口座の変更は対象外

●申込期間／

6月1日(日)～9月30日(火)

●地域ポイントの受け取り方／

ふくまるくんカードの会員番号登録が必要です。詳細は市ウェブサイトをご確認ください。

※登録が300人に達した時点で受付終了となります。

60歳以上の方へ“もしもの時”の備えはありますか？

頼れる人がいない・迷惑をかけたくない方に…

終活4大準備

入院時
施設入居時

身元保証

通院同行
買物同行

生活支援

遺言・相続
墓じまい

生前整理

緊急対応
葬儀・納骨

死後事務

一つでも当てはまる方は、ここしあの会までお問い合わせください。



一般社団法人
ここしあの会

無料相談・資料請求は
右記のお電話までお気軽に
お問い合わせください。

0120-135-123

【9:00～17:00/土日祝休み】飯田市鼎中平2820(アイホールいとう内)

高齢者の身元保証と
生活支援
ここしあの会 で検索



一般社団法人

ここしあの会

私たちが家族の代わりに
“安心の老後”
をサポートします。

広告欄

狂犬病予防注射と 犬の新規登録

☎ 環境課 環境衛生係
内線5461 ID 126438

令和7年度最後の集合接種を行います。今年度の予防注射がまだの方は、集合接種または動物病院で必ず受けてください。

犬の登録がお済みでない方は、注射会場または環境課にて新規登録をお願いします。

●日時／

6月8日(日) 9:30～11:00

●場所／

市役所駐車場

後期高齢者健診を 受けてフレイル予防

☎ 保健課 健康推進係
内線5512 ID 76556

フレイルとは、持病の悪化や加齢により心身が衰えた、健康と要介護の中間の状態を言います。早めに気付き対処することで、元の健康な状態に戻れると言われています。1年に1回は後期高齢者健診を受診して、自身の体の状態をチェックし、フレイルを予防しましょう。

●実施期間／

5月1日(木)～令和8年3月31日(火)

●対象／市に住民登録のある、長野県後期高齢者医療制度に加入している方

●健診内容／

問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、診察

●自己負担額／1,000円

●受診方法／電話で保健課へ申し込みください。その後、受診券を送りますので、指定医療機関で受診してください。

●その他／

●今年度75歳になる方の受診券発行は誕生月の翌月末になります。

●人間ドックで受診券が利用できる医療機関もあります。

●昨年度受診された方には、申し込みがなくても受診券を送ります。

書き損じはがき 収集結果とお礼

☎ 生涯学習・スポーツ課
社会教育係
内線3742 ID 94944

書き損じはがきの収集にご協力いただき、ありがとうございました。293,822円分の切手と交換し、未使用切手やカード類と共に、日本ユネスコ協会連盟に送りました。

発展途上国の教育の機会に恵まれない人々への教育支援に役立ってます。「ユネスコ世界寺子屋運動」は、世界中の人々が読み書きできる世界を目指して行われている教育支援活動です。

カンボジアでは、書き損じはがき12枚で1人が1カ月学校に通えます。今後ともご協力をお願いします。

飯田都市計画川路地区 計画変更案の縦覧

☎ 地域計画課
土地利用計画係
内線3771 ID 126969

●変更する計画／

飯田都市計画地区計画
(川路地区計画)

●意見書を提出できる方／

市内在住の方および利害関係人

●縦覧期間・時間／

5月8日(木)～21日(水)

8:30～17:15

※土・日曜日、祝日を除く

●縦覧場所／地域計画課、

川路自治振興センター

●意見書の提出／

期間満了日まで意見書を提出できます。縦覧場所にある意見書を地域計画課へ持参または郵送で提出してください。

広告欄

飯田市環境
配慮型製品

雨の香

雨水貯留タンク

「飯田市の補助金」
令和7年度も継続となりました。

地震・災害の時に必要な水を備えましょう!

(有) 櫛原板金工業

飯田市止郷黒田3662-1
☎0265-23-5548

パナソニック
レインセラー



Jアラート 情報伝達試験

☎ 危機管理課 危機管理係
内線2430 ☎ 1235893

地震や武力攻撃の発生を伝える全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達試験を行います。

情報は防災行政無線のほか、いいだ安全・安心メールやX、LINEなどでも配信します。

●日時／

5月28日(水) 11:00ごろ

●放送内容／

- チャイム
- 「これは、Jアラートのテストです。」(3回)
- 「こちらは、広報いいだです。」
- チャイム

日赤活動資金 募金のお礼とお願い

☎ 危機管理課 日赤事務局
内線2442 ☎ 118609

日本赤十字社の活動は、皆さんからご寄付いただく活動資金で成り立っています。国内はもとより、世界中で苦しむ人を救うため、災害支援や人道的支援を行っています。会員の皆さんに納入依頼書兼納付書を配布しま

すので、活動資金の寄付にご協力をお願いします。

なお、令和6年度の募金総額は13,735,705円でした。ご協力ありがとうございました。

●納入依頼書配布時期／

5月中旬

●納入方法／納入依頼書裏面記載の窓口でお納めください。

●新規会員の募集／5月に配布するチラシをご覧ください。

特殊詐欺等被害防止 対策機器設置補助金

☎ 市民課 消費生活係
内線3917 ☎ 81080

オレオレ詐欺や還付金詐欺などの被害を未然に防ぐため、補助金を活用して特殊詐欺などの被害を防止しましょう。

なお、補助を受けるには機器を購入する前に申請が必要ですのでご注意ください。

●対象／

市内在住の満60歳以上の方

●対象機器／

- 詐欺対策機能が付いた電話機
- 自動で会話を録音する固定電話用の装置
- 自動で着信拒否する固定電話用の装置(番号表示サービスの契約が必要)

●交付条件／

●市内の店舗で購入し、市内の住宅に設置

●申請後に市から送る交付決定通知書が届いてから購入

●1世帯につき1台

●補助額／設置費用の3分の2(上限5,000円)

●募集件数／60件(先着順)

●申請方法／

申請書を市民課消費生活係(市役所本庁舎A棟3階)へ持参または郵送で提出ください。

※申請書は市民課消費生活係、自治振興センター、市ウェブサイトで取得できます。

●申請受付期間／

5月1日(木)～令和8年2月27日(金)

財産区議会議員選挙

☎ 選挙管理委員会事務局
☎ 0265(22)4524 ☎ 241206

●対象／

座光寺地区財産区、下久堅地区財産区、三穂地区財産区

●立候補届出説明会／

●日時…5月27日(火) 14:00～

●場所…市役所本庁舎

●告示日(立候補届出日)／

6月10日(火) 8:30～17:00

●投票日／6月15日(日)

広告欄

塗装防水工事はまだするな!
あなたの笑顔の為に! 失敗しない塗装防水工事
7つの防衛策 横井 豊文 著
単行本無料プレゼント!!!

現在、住宅に関するトラブルは増え続けています。お客様の不安を煽ったり、高額な追加工事費を請求するなどその手口は悪質化しています。ですが、これらは正しい知識を身につけることで防ぐことが可能です。是非「7つの防衛策」を読みトラブルからお家を守ってください。

お問い合わせ TEL 0265-48-0265 留守番電話 0265-48-5443
FAX 0265-48-5443 メール 222@1451.co.jp

塗装防水無料相談窓口 阪田店 外壁塗装&防水専用店 株式会社横井 阪田市大門町3862-6

市税などの納付は
口座振替
をご利用ください。

★納期限日に自動で振替!
★納付忘れなし! ★振替手数料無料!

●問い合わせ／納税課 管理係 内線5146

市役所では、市内の各金融機関で、お手続きは、



木造住宅の 無料耐震診断

☎ 危機管理課 防災係
内線2432 ☎ 34153416

阪神・淡路大震災で亡くなった人の88%が家屋の倒壊、家具の転倒などによる圧迫死でした。特に昭和56年以前の旧建築基準で建てられた木造住宅に大きな被害がありました。市では、地震発生時の倒壊家屋を減らし、命を守るため、木造住宅の無料耐震診断を実施しています。

●対象／

以下の全てに当てはまる場合

- 居住している個人所有の戸建て木造住宅である
- 昭和56年5月31日以前に着工した住宅である
- 昭和56年5月31日以前に着工した部分の床面積が過半を占める(増築している場合)
- 平成17年6月以降に増築・一部改築を行っていない
- 診断の結果によっては耐震改修(現地建替えを含む)をして、これからも住み続ける

●対象外の住宅／一部鉄骨造など混構造の住宅、木造以外の住宅、長屋・共同住宅など

●申込方法／申込書を危機管理課か自治振興センターへ提出してください。

※申込書は市ウェブサイト、危機管理課、自治振興センターで取得できます。

●申込受付期間／5月1日(木)～令和8年1月31日(土)

※予算額に達した時点で受け付けを終了します。

飯田市域産域消の 食育店の紹介

☎ 農業課 生産振興係
☎ 0265(21)3217

☎ 保健課 保健指導係
内線5537 ☎ 79755

南信州地域で生産される農林水産物やその加工品を積極的に使用し、地域内外に食文化を発信する市内35店舗を「飯田市域産域消の食育店」として認定しています。食育店で地域の美味しい食材を味わってください。

※店舗情報は、市ウェブサイトでご覧ください。



なみきマーケットの 一部を貸し出します

☎ 商業観光課
中心市街地活性化係
☎ 0265(52)1715 ☎ 127943

まちなかを訪れる新たな目的地づくりや新規開業の促進につなげるため、中心市街地活性化協会では、なみきマーケットの店舗の一部を貸し出す、りんご並木沿線テナント活用実験事業「なみきガーデン」を始めます。

●対象者／以下のいずれかにあてはまる個人または事業者(複数による共同経営も可能)

- 飯田市中心市街地で起業を検討している方
- 商品がどれだけ売れるかリサーチしたい方
- 自分の作品や芸術品などの展

示・販売をしたい方

- ワークショップや体験会、仮オフィスなどで使用したい方

●貸出期間・時間／
令和8年3月31日(火)まで
9:30～19:30

●使用料／

- 展示など収益がない使用
1日3,000円
- 販売など収益のある使用
 - ◆平日…1日4,000円
 - ◆土曜日・日曜日・祝日…
1日6,000円

イベント



自営型テレワーカー 養成セミナー

☎ 産業振興課 産業人材係
内線3512 ☎ 118191

女性向けに、テレワーカーとして必要なスキルの取得に特化したセミナー「イイテレワーカー」を開催します。

●対象／子育て世代など、飯田下伊那在住で、テレワーカーを目指す女性

●期日／
7月1日(火)～12月19日(金)
毎週火・金曜日(全47回)

●時間／9:30～14:30

●場所／ムトスぷらざ

●費用／30,000円
(テキスト代込み)

※別途検定料が必要

●定員／15人

※選考面談を実施

●申込方法／

市ウェブサイトの専用フォームからお申し込みください。

●申込締切／5月23日(金)

押し本を持って 集まろう

☎ 中央図書館
☎ 0265(22)0706

紹介したい本を持ち寄って、
気軽に楽しく本について語り合
います。あなたのいち押し本を
ぜひご紹介ください。

●対象／中学生以上

●日時／

5月21日(水) 18:00～19:00

●場所／ムトスぷらざ

●持ち物／

紹介したい本（複数冊可）

竜丘古墳祭り ウォーキング

☎ 飯田やまびこマーチ実行委員会
事務局(生涯学習・スポーツ課)
内線3751 ☎ 127524

●日時／

6月1日(日) 8:30～12:00

※雨天時は8日(日)に延期

●集合場所・時間／

8:20に竜丘公民館へ集合

●コース／竜丘の古墳3カ所を
巡る(約4.5km)

●持ち物／

歩きやすい服装、飲み物

●講師／竜丘歩こう会

はつらつ運動塾 参加者募集

☎ 長寿支援課 ☎ 26492
☎ 飯田広域シルバー人材センター
☎ 0265(22)8690

運動不足解消、健康維持と仲
間づくりに活用ください。初回と
終了時には体力測定を行い、運
動の効果が確認できます。

●対象／65歳以上ではつらつ
運動塾に初めて参加する方

●教室名・日時・場所／

●はつらつ体操教室(初級)

6月18日～12月3日

水曜日(全12回)

9:30～11:30

羽場公民館

●はつらつ体操教室(中級)

6月19日～11月20日

木曜日(全12回)

9:30～11:30

上郷公民館

●はつらつヨガ教室

6月27日～12月12日

金曜日(全12回)

13:30～15:30

鼎公民館

●定員／各25人

●申込方法／センターへ電話

●申込締切／6月4日(水)

福祉有償移送事業の 運転者講習会

☎ 福祉課 ☎ 1257

☎ アジマ自動車学校

☎ 0265(33)2551

FAX 0265(49)8414

✉ academy@ajima-d.com

介護を必要とする方や障がい
のある方の移送を支援する「福
祉有償運送事業」の運転者を育
成する講習会を開催します。講
習修了後は、社会福祉法人など
に登録して運行に従事できます。

●対象／

自動車運転免許があり、福祉に
関心のある飯田下伊那在住の方

●期日／

6月19日(木)、8月6日(水)

10月9日(木)、12月24日(水)

令和8年3月11日(水)

●時間／8:20～19:00

(受付8:00～8:15)

●場所／アジマ自動車学校

●受講料／16,500円

●定員／各20人(先着順)

●申込方法／申込書をメールか
FAXでアジマ自動車学校へ提出
※申込書は市ウェブサイトで取
得できます。

●申込締切／開催日の1週間前

たのしく読んで たのしく科学

☎ 上郷図書館

☎ 0265(52)2551

☎ 生涯学習・スポーツ課
社会教育係
内線3742

図書館と南信州飯田おもしろ
科学工房が連携して開催します。

●きらきらステンドグラスをつ
くろう／

●日時…6月7日(土)

10:30～11:30

●場所…上郷図書館

●定員…親子20組(先着順)

●申込方法…

前日までに上郷図書館へ電話

●ふしぎな目&ふしぎな絵～く
るくるアニメをつくろう～／

●日時…6月22日(日)

10:00～12:00

13:00～15:00

●場所…かざこし子どもの森公
園おいで館

※会場で本を借りられます。

●科学の本の展示／

●期日…5月24日(土)～

6月26日(木)

●場所…中央・鼎・上郷図書館

下伊那の満洲移民 —旧村役場文書から—

☎ 歴史研究所

☎ 0265(53)4670 ID 20250524

FAX 0265(21)1173

✉ iihr@city.iida.nagano.jp

歴史研究所で刊行した『満洲移民・青少年義勇軍』の内容について、全3回の講座を行います。1回目は旧村役場文書の満洲移民に関係する史料調査の成果から分かったことを紹介します。

●日時／

5月24日(土) 13:30～16:00

●場所／市役所本庁舎

●講師・内容／

●本島和人

(歴史研究所調査研究員)

「敗戦間際に出送された開拓団」

●松葉孝子さん

(満洲移民を考える会)

「千代分村と農村更生協会の
早川孝太郎」

●田中雅孝

(歴史研究所調査研究員)

「大恐慌下の農村救済請願
—伊賀良村」

●申込方法／電話、FAX、メール

※住所、氏名、電話番号、受講方法(会場・オンライン)を明記

●申込締切日／5月22日(木)

いいだ子育て 応援ひろば

☎ こども課 子育て支援係

内線5353 ID 127

子育てつどいの広場を運営する8事業所が集まり、結婚や子育てにあたたかい社会を目指し、応援するイベントを開催します。

プレパパ・プレママの方も、一緒に楽しい時間を過ごしましょう。

●対象／0～3歳のこどもと親、妊婦さんやその家族など

●日時／5月19日(月)

10:00～12:00、13:00～15:00

●場所／飯田文化会館

●内容／

遊びや体験のコーナー、つどいの広場、ゆいきつ広場、子育てサークルの紹介

おマメで健康教室

☎ 飯田市社会福祉協議会

☎ 0265(53)3182

●対象／

●ご自身でフレイル予防活動を実施できる方

●ボランティアなどで、フレイル予防の活動を広げていただける方

●時間／10:00～11:00

※年間予定は下表のとおり

●場所／さんとお飯田

●持ち物／体操のできる服装、飲み物、筆記用具

※事前申込不要

シルバーパソコン教室 初級講座

☎ 長寿支援課 長寿支援係
内線5754 ID 118339

文書の作成やエクセル表計算の基礎をじっくり学ぶ「ワード+エクセル初級講座」を開講します。受講生同士が楽しく交流できるよう授業を進めます。

●対象／市内在住で60歳以上のパソコン初心者

●日時／

●6月3日～8月5日

毎週火曜日(全10回)

10:00～12:00

●10月16日～12月18日

毎週木曜日(全10回)

13:30～15:30

●場所／飯田コアカレッジ

●受講料／18,000円

(テキスト代込み)

●定員／7人(最少開講人数4人)

●申込方法／

飯田コアカレッジへ電話

☎ 0265(22)5111

※平日9:00～17:00

●申込締切／各初日の2週間前

回数	期 日	内 容
第1回	5月14日(水)	フレイル予防体操
第2回	6月10日(火)	フレイル予防体操
第3回	7月9日(水)	「脳トレ体操」始めよう脳活!
第4回	8月5日(火)	指体操(手芸)
第5回	9月10日(水)	音楽レク
第6回	10月8日(水)	フレイル予防体操
第7回	11月11日(火)	指体操(手工芸)
第8回	12月9日(火)	フレイル予防体操
第9回	令和8年1月14日(水)	お正月遊びでフレイル予防
第10回	2月10日(火)	フレイル予防体操
第11回	3月11日(水)	フレイル予防体操

募 集**市田柿特認生産者募集**

☎ 農業課 生産振興係
☎ 0265(21)3217 ☎ 70898

市田柿特認生産者の認定を受けると、加工設備の導入補助率が2分の1になるなど、支援を受けることができます。市田柿の生産規模拡大を目指している方はお気軽に相談ください。

●対象／

- 市に住所(農地所有適格法人にあっては主たる事務所の所在地)を有し、市内で現在農業経営を営んでいる方
- 市田柿の栽培と加工を行い、出荷量(干上量)1t以上、栽培面積10a以上の方

●主な認定基準／5年後の市田柿の生産目標は、市田柿の出荷量(干上量)が2t以上、栽培面積20a以上であり、確実に目標を実現できる見込みがあること。

●申請期限／6月27日(金)

飯田市行財政改革推進委員募集

☎ 財政課
行革・施設マネジメント係
内線2135 ☎ 65425
☎ 0265(24)4511
✉ izaisei@city.iida.nagano.jp

市の行財政改革の推進に関して、審議する委員を募集します。

- 応募資格／市内在住で次のすべてに該当する方
- 平日昼間、平日夜間または休日昼間に開催する会議に出席

が可能な方(年3回程度)
●社会経済情勢の変化に対応した効率的かつ効果的な市政の推進に関心のある方
※公共団体の職員、常勤の公務員の方は原則として応募できません。

●任期／任命の日から令和10年3月31日(金)まで

●報酬／規定により支給

●応募方法／申込書と行財政改革に関する作文(800字程度、任意様式)を財政課へ持参または郵送かFAX、メールで提出

※申込書は財政課窓口か市ウェブサイトで取得できます

※作文のテーマの例

行政の事務や業務の効率化と行政サービスの向上について

●募集期間／

5月1日(木)～26日(月)(消印有効)

●選考結果／

5月末頃お知らせします

県障がい者スポーツ大会出場者募集

☎ 福祉課 障がい福祉係
内線5716 ☎ 127713
☎ 0265(22)8133
✉ fukushishougai@city.iida.nagano.jp

●対象／県内在住で障がいのある12歳以上(令和7年4月1日時点)の方

●開催日・場所／

9月に県内各地で開催されます。

●競技種目／

複数の競技へ参加が可能です。

- 個人8種目…陸上、水泳、卓球・サウンドテーブルテニス、ボッチャ、アーチェリー、フライングディスク、ボウリング

- 団体4種目…車いすバスケット、ツインバスケット、知的障がい者バスケット、ソフトバレーボール

●申込方法／

電話、FAX、メール

●申込受付締切／6月3日(火)

伊那谷文化芸術祭出演団体募集

☎ 飯田文化協会事務局
(飯田文化会館内)
☎ 0265(23)3552 ☎ 50000

飯田下伊那地域で活動しているアマチュア舞台芸術家が一堂に会して練習成果を発表する、伊那谷文化芸術祭の出演団体を募集します。

●開催日／11月2日(日)、9日(日)、16日(日)、23日(祝)

●場所／

飯田文化会館、飯田人形劇場

●申込方法／

文化会館窓口、市ウェブサイトで開催要綱をご確認ください。

●申込締切／6月6日(金)

第44回飯田りんごん参加者募集

☎ りんご並木の街飯田まつり協議会事務局(商業観光課)
☎ 0265(52)1715 ☎ 63400

飯田の夏の風物詩「飯田まつり飯田りんごん」の各種イベントへの参加者を募集します。

●開催日／8月9日(土)

●募集内容／りんごん踊り、メッセージ花火、写真コンテストなど

●募集締切／5月25日(日)

右のQRコードからお申し込みください。



参議院議員選挙期日前投票所立会人募集

☎ 選挙管理委員会事務局
☎ 0265(22)4524 ☎ 92179
FAX 0265(22)6140
✉ senkyo@city.iida.nagano.jp

7月20日(日)に投票が見込まれる参議院議員通常選挙における期日前投票所の投票立会人を募集します。

●対象／

- 市に住所を有し、市の選挙人名簿に登録されている満18歳以上の方
- 特定の候補者の選挙運動や政治活動を行っていない方
- 期間中に1日から2日立ち合いができる方

●主な業務／投票の手続きが適正に行われているか確認、投票録などの書類の内容確認

●場所・期間・期間(予定)／

- 市役所本庁舎
7月4日(金)～19日(土)
8:15～20:15

- 上郷公民館
7月15日(火)～18日(金)
9:45～20:15

●報酬／1日9,600円(予定)

※所得税を源泉徴収します。交通費、食事代の支給はありません。

●募集人員／40人 (応募多数の場合は抽選)

●応募方法／

選挙管理委員会事務局へ申込書を提出。郵送、FAX、メールも可。
※申込書は市ウェブサイトで取得してください。

●応募締切／5月30日(金)

飯田技術専門学校 公共職業訓練生募集

☎ 長野県飯田技術専門学校
☎ 0265(22)1067 ☎ 98499

再就職に有利な資格を取得して、希望職種への早期就職を目指しましょう。受講料は無料ですが、テキスト代、資格取得代は個人負担になります。

●対象者／

ハローワークに求職申し込みをしている離転職者

●募集コース／

●ビジネスDX推進スキル科

- ◆目指す免許・資格
ITパスポート、
Webクリエイター能力検定
(エキスパート)、
日商PC検定3級
- ◆訓練期間
6月4日(水)～9月3日(水)
- ◆募集定員…15人
- ◆募集締切…5月16日(金)

相談



出張 ふくしとくらし の相談室

☎ 福祉課 重層的支援係
内線5728 ☎ 127799

福祉に関する日常生活の困りごと全般を市福祉課、飯田市社会福祉協議会の職員がお聞きします。予約不要、秘密は厳守いたします。お気軽にお立ち寄りください。なお、福祉課窓口、電話でも相談をお受けしています。

●開催日／

5月16日(金)、6月20日(金)
7月18日(金)、8月22日(金)
9月19日(金)、10月17日(金)
11月21日(金)、12月19日(金)
令和8年1月16日(金)、
2月20日(金)、3月13日(金)

●時間／13:30～16:00

●場所／松尾公民館

農地相談

農地の売買や貸し借り、農地の転用、遊休農地対策、農業者年金など農地に関する相談を受け付けます。

開催地区以外の相談は、農業委員会事務局までご連絡ください。6月の農地法許可申請などの締め切りは、6月13日(金)です。

●申込方法／予約が必要な地区は、前日(休日の場合は前開庁日)までに電話にてお申し込みください。

農業委員会事務局 ☎ 0265(21)3219 ☎ 7476

6月の開催日時・場所	開催日	地区	場所	時間	予約
	6月3日(火)	千代	千代公民館	9:30～11:00	要
		南信濃	南信濃公民館	13:30～14:30	要
		上村	上村公民館	15:00～16:00	要
	6月4日(水)	飯田	JA飯田支所	9:30～11:00	—
		上久堅	上久堅公民館	9:30～11:00	要
		川路	川路公民館	9:30～11:00	要
		上郷	JA上郷支所	9:30～11:00	—
	6月9日(月)	座光寺	JA座光寺事業所	9:30～11:00	—
	6月10日(火)	三穂	三穂公民館	9:30～11:00	要